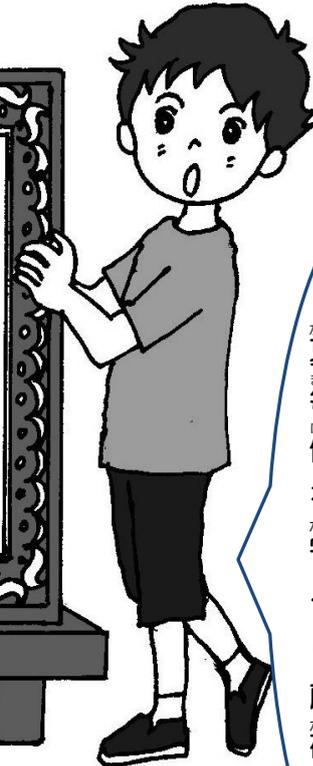
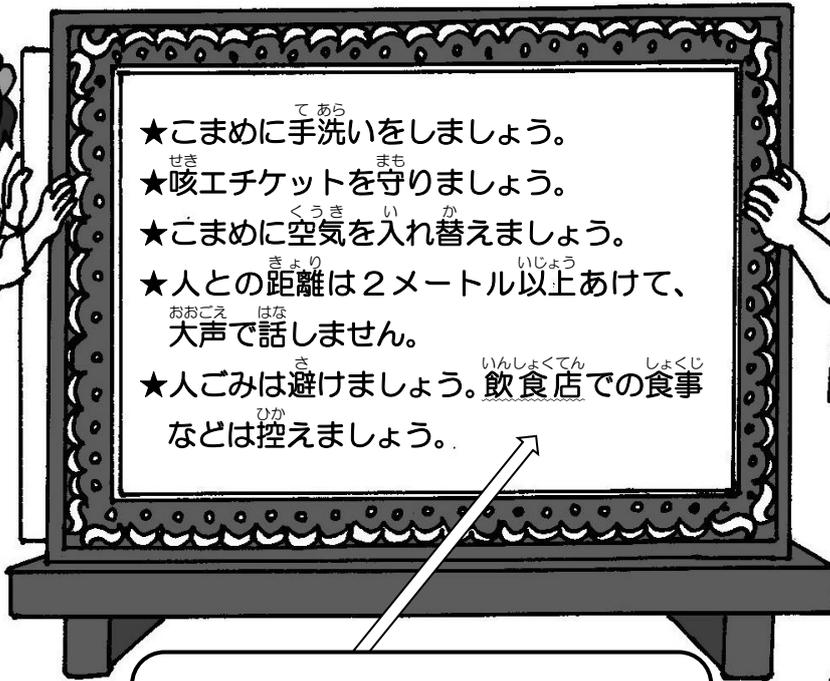


あしたからなつやすみです！今年は2週間という短い期間になってしまったので、生活リズムをくずさないように気をつけましょう。旅行や楽しいイベントに参加することは難しそうですが、感染症の予防や熱中症の予防を十分に心がけて、工夫しながらいい夏休みにできるといいですね。

新型新型コロナウイルス感染症対策

マスクを
しましょう！



ファミレス、ファストフード店、コンビニなどのイートインコーナーなどは、できるだけ避けましょう。

夏休み中も
毎朝の検温と
健康チェック
を忘れずに！
学校に登校する
ときは持参
し、部活動
顧問や担任に
確認してもら
うこと！

保護者・生徒のみなさまへ

夏季休業中の新型コロナウイルス感染症に関する連絡について

下記のような状況が発生した場合は、速やかに学校に連絡してください。

- ・生徒がPCR検査を受けた
- ・家族がPCR検査を受けた
- ・本人や家族が濃厚接触者となった（通常、保健所より連絡が入ります）

【連絡方法】

- ・平日昼間(8時20分～16時50分)⇒03-3385-7445
- ・土、日、祝日、学校閉庁日(8月12日～15日)→配布した保健だよりに記載

コロナ専用



ずいぶん長い間、学校に登校することができませんでした。1年生の皆さんは、入学式もできず、新しい先生や友達と会うこともできませんでした。想像していた学校生活とは、大きく違ってしまったのではないのでしょうか。

何か困ったら、誰かに声をかけてください。誰でも大丈夫です。2、3年生の皆さんも、まだまだ普段とは大きく異なる毎日です。不安に感じたり辛い気持ちになってしまったりするときは、誰かに相談しましょう。心の健康が体の健康につながっているのです。



ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意!!

蒸し暑いときのマスク、ますます不快ですね。マスクの中がむれていたり、水分が足りていないのに気づかないことがあります。ここにも、熱中症の危険がひそんでいます。のどがかわいたと思わなくても、ときどき水分を取るように心がけましょう。また、使う前にマスクを冷蔵庫などで冷やしておくことも一時的ではありますが、気持ちよくなることができます。

こまめに水分をとりましょう!

ねっちゅうしょうよぼう
熱中症予防のための
からだ
体づくりをしましょう!

すいみん じゅうぶん
睡眠を十分にとる
はやねはやお
(早寝早起き)

てきど うんどう
適度な運動
たの
を楽しむ

バランスのいい
しょくじ
食事をとる

のー
NO!

ゆうわく ちゅうい
危険な誘惑に注意!

たばこ

さけ
お酒

きけん
危険ドラッグ

のー
NO!

NO!

心と体をこわしてしまう危険な誘惑。はじめは「1回だけ」と軽い気持ちでも…。やめられなくなったり、皆さんの将来をめちゃくちゃにしてしまったりするのは、大切なのはきっぱりと断ること!

しょうかい
スクールカウンセラー紹介

臨床心理士 : 川田 玲子 (かわだれいこ) さん

勤務日 : 原則水曜日

面接の予約方法 : ①養護教諭に申し込む ②担任に申し込む。

③スクールカウンセラーに直接申し込む。

そうだんび
8・9月の相談日

8/26

9/2・9・16・23・30